

presenta

## Il piacere del principio

gennaio e febbraio



Ecco che il nuovo anno è iniziato.  
Passata la bagarre delle feste arrivano i buoni propositi e i programmi per cominciare come si deve, senza dimenticare salute, linea e bellezza appagando il cuore, il palato e anche l'appetito.

## interpreti:

Maria Letizia Basani

**LE CARNI BIANCHE:** pollo, anatra e faraona. Per conoscerle e scoprire il modo migliore per cucinarle, preservarne le caratteristiche particolari ed esaltarne il gusto delicato

Una lezione **mercoledì 12 gennaio** alle ore 19

**CENA D'INVERNO:** metti una sera d'inverno con i prodotti di stagione e un menu da scaldare il cuore

Una lezione **martedì 18 gennaio** alle ore 20,30

**PRIMI PASSI IN CUCINA:** un piccolo percorso per chi vuole conoscere tecniche e strumenti per destreggiarsi in cucina

Due lezioni **mercoledì 19 e mercoledì 26 gennaio** alle ore 19

**IL PESCE E I CROSTACEI:** tutto quello che è importante sapere per trattarli con disinvoltura e le migliori ricette per metterli in tavola

Due lezioni **mercoledì 2 e lunedì 7 febbraio** alle ore 19

**CUCINIAMO CON IL MICROONDE:** le tecniche e le ricette per l'uso ottimale del forno a microonde, con tante sorprese e idee innovative per risparmiare tempo ed energie

Due lezioni **venerdì 18 e lunedì 28 febbraio** alle ore 19

Per una lezione con cena 75 €, per due lezioni 140 €



Mario Betto

**MANGIAR BENE DA SOLI. In velocità:** le regole per mangiar sano e light ma saporito, impiegando poco tempo. A partire da quali strumenti occorrono per avere una cucina funzionale e da quello che non può mancare nella dispensa e nel frigorifero

Due lezioni **giovedì 20 gennaio e giovedì 17 febbraio** alle ore 19

**POLPETTE D'AUTORE: da Carlo Goldoni a San Valentino** quali ingredienti avvicinare in armonia mantenendo l'autonomia dei sapori, un arte. E poi quali tecniche usare per ottenere un morbido impasto e come cucinare perchè queste rimangano croccanti fuori e tenere dentro

Due lezioni **venerdì 21 gennaio e giovedì 19 febbraio** alle ore 19

**LE QUATTRO STAGIONI DELLE VERDURE. Colore e capacità nutritive:** come sceglierle e abbinarle secondo le proprietà organolettiche e nutritive e come cuocerle per mantenere ed esaltare sapore e colore

Due lezioni **giovedì 27 gennaio e giovedì 24 febbraio** alle ore 19

Per una lezione con degustazione 65 €



Ilaria Bartolozzi

**I DOLCI CHE NON TI ASPETTI:** anche senza zucchero, latte e uova si possono fare dolci buonissimi!

Una nuova cucina tutta da scoprire: grazie a succo di mela, uvette, albicocche secche, malto di riso e crema di mandorle si preparano ottime crostate di farro con mele e crema pasticcera, classici frollini, semplicissime torte di cous cous, gustosi budini di miglio e imperdibili tiramisù

Una lezione **venerdì 28 gennaio** alle ore 19

Per una lezione con degustazione 60 €



Gabriella Fantuz

**MENU IN NOIR:** non solo piatti ad alto contenuto simbolico, ma anche la cura dei particolari nella presentazione e nella preparazione della tavola

Una lezione **mercoledì 9 febbraio** alle ore 19

Per una lezione con cena 75 €

**IL CIBO CHE TI FA BELLA:** consigli utili e tecniche per ritrovare energia, vitalità e luminosità, risvegliando tutti i sensi per accogliere in armonia la primavera

Due lezioni **mercoledì 16 e mercoledì 23 febbraio** alle ore 19

Per una lezione con degustazione 60 €

**IL THE NEL PIATTO:** le foglie di the sono gli ingredienti per preparare in modo insolito, delicato e ricco di fragranze, diversi piatti. Si preparano i the in abbinamento scelti dall'esperta de "L'Essenza del The" di via Cerva 12 a Milano

Una lezione **lunedì 21 febbraio** alle ore 19

Per una lezione con degustazione 60 €



Lola Torres

**CIOCCOLATINI:** c'è sempre una buona occasione per cimentarsi nella nobile arte del cioccolatino, per imparare a creare due speciali cioccolatini, uniti e opposti, da portare a casa e festeggiare San Valentino

Una lezione **venerdì 11 febbraio** alle ore 19

Per una lezione con degustazione 60 €



Alessandra Torri

**LA NOSTRA CUCINA:** un corso di cucina dedicato a tutti gli stranieri che vivono e lavorano nel nostro paese, sia professionisti sia quelli che stanno insieme ai nostri bimbi e ai nostri vecchi, per imparare tutti i segreti della cucina italiana e alternarla con la fusion

Due lezioni **giovedì 20 e giovedì 27 gennaio**, tre lezioni **giovedì 3, giovedì 10 e giovedì 24 febbraio** sempre alle ore 15

Per ogni lezione con degustazione da 60 a 75 €, per il corso di quattro lezioni 240 €



Molti dei nostri corsi sono praticabili anche la mattina, altri che non sono in menu possono essere tagliati su misura. Una telefonata allo 02 4802 4825 per saperne di più